|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. Lipnja, Sisak, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.3. – 24.3.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MALA JABUKA KOMAD  | 63.2 | 12.6 | 15.1 | 429 | Gluten(S), Soja(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | JOGURT TEKUĆI ČAŠICA, SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA  | 45.9 | 13.1 | 15.4 | 374 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | ČOKOLADNI NAMAZ BADEM NA KRUHU , JABUKA KOMAD , JOGURT ČAŠICA | 51.6 | 11.9 | 13.9 | 378 | Gluten(T), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | JABUKA KOMAD , JUNEĆI UJUŠAK S TJESTENINOM  | 51.8 | 17.8 | 16.1 | 425 | Gluten(S), Jaja(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | PEČENI PILEĆI BATAK, ZABATAK S MLINCIMA , ZELENA SALATA , MALA JABUKA KOMAD  | 57.2 | 20.3 | 13.6 | 433 | Gluten(S), Jaja(S) |
| **II.****ODMOR** | MUESLI NA MLIJEKU S ORAHOM , KRUŠKA KOMAD  | 51.2 | 11.2 | 10.3 | 339 | Gluten(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD  | 59.2 | 14.4 | 9.7 | 373 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | VARIVO OD KELJA SA SVINJETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, BANANA KOMAD  | 66.4 | 16.3 | 14.4 | 454 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | OSLIĆ SA ŠPINATOM I KRUMPIROM , KUPUS SALATA  | 54.4 | 18.6 | 16.9 | 439 | Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I KUHANIM JAJEM , JABUKA KOMAD , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 45.7 | 12.4 | 13.1 | 349 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |